

令和4年度

# ほけんだより 8月号

R4.8.4 生目台ピノキオこども園 看護師

8月の声を聞き、暑い夏の季節がやって朝の園庭では、セミが賑やかに鳴き、しかし、この夏もなかなか終息しない子ども達のマスク姿が目立ちます。夏の暑さの中、なかなか大変です。ところです。



きました。子ども達が元気いっぱい遊んでいます。新型コロナウイルス感染症拡大の為、熱中症など気を付けながら見ている

## ～新型コロナウイルス感染症～ いつまでも続く感染症

人にうつさないように  
人からうつらないように

日常として、基本的な感染対策を続けましょう！

1. 手洗い、手、指の消毒、うがいをする
2. マスクをする
3. 3密(密集、密接、密閉)を避ける
4. 感染が流行している地域への往来は検査も含め十分に注意しましょう！

## 7月8日 歯科健診がありました。

むし歯の状況	
こあら組	0名
うさぎ組	0名
ひつじ組	1名
こぐま組	0名
らいおん組	2名
きりん組	6名

でした。  
むし歯がすすむと永久歯にも影響します。  
定期的な治療をしっかり受けましょう！

## 気をつけましょう！ ～熱中症～

夏の強い日差しや高熱、多湿の気候は子どもの身体に大きな負担がかかります。

子どもは大人より体温調節がうまくできなかったり、十分な水分補給も自分でできなったりします。外遊び、室内、車の中、どこでもおこります。しっかり気をつけましょう！！

☆自分で作れる  
経口補水液の作り方☆

水	1ℓ
(一度沸騰したものがよい)	
塩	2～5g
砂糖	15～20g

## 熱中症かな？と思ったら・・・

1. 涼しいところで休ませる  
身体を冷やす

2. 水分補給をする

お茶やお水など常にとりましょう。脱水症状がある時は、塩分が入ったスポーツドリンクなどで早めに対応しましょう！



1. 意識がない
2. 水分が飲めない
3. 呼吸、脈が弱い
4. 熱が下がらない、上がる

医療機関へ！



## 食中毒

細菌やウイルスが付着したものを食べることが原因で食中毒になります。湿度の高い夏に多く発生します。

吐き気や下痢、発熱もあります。

血便や激しい腹痛、嘔吐などすぐに病院を受診しましょう。

サルモネラ菌、O11、O157  
ボツリヌス菌などあります。

1. 菌やウイルスをつけない ⇒ 手をよく洗い、調理器具、食材をよく洗います
2. 菌を増やさない ⇒ 10～40℃  
冷蔵庫の温度管理に気をつけ、早目に食べましょう
3. 菌を殺す ⇒ 食品の加熱は十分に行いましょう